

# ไวรัสร้ายของลูกน้อย...โรคมือเท้าปาก

อาจารย์ ดร.ภญ. ปิยทิพย์ ชันตยาภรณ์

ภาควิชาจุลชีววิทยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ในบทความที่แล้วเราได้กล่าวถึงโรคอาร์เอสวีซึ่งเป็นโรคที่มักเกิดในเด็กเล็กและโรคไวรัสที่ก่อโรคในระบบทางเดินหายใจ ในบทความนี้จะกล่าวถึงโรคที่มักเกิดในเด็กเล็กอีกโรคหนึ่งคือ โรคมือเท้าปากซึ่งโรคนี้สามารถติดต่อได้ทุกช่วงของปี แต่มักจะมีการระบาดในช่วงหน้าฝนเช่นกัน

โรคมือเท้าปาก เป็นโรคที่ติดต่อระหว่างคนสู่คนเท่านั้น โดยในหลายครั้งเกิดความสับสนกับโรคปากเท้าเปื่อยซึ่งเป็นโรคที่เกิดเฉพาะในสัตว์ โดยไวรัสที่ก่อโรคนั้นเป็นเชื้อคนละชนิดกัน โรคมือเท้าปากเป็นโรคไม่มีการติดต่อข้ามไปยังสัตว์เลี้ยงหรือติดต่อมาจากสัตว์เลี้ยงโรคมือเท้าปากสามารถเกิดได้กับคนทุกวัย แต่อย่างไรก็ตามมักพบได้บ่อยในเด็กที่อายุน้อยกว่า 10 ปี

โรคมือเท้าปากเป็นโรคที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัสกลุ่มเอนเทอโรไวรัส (Enterovirus) โดยมีหลายสายพันธุ์ที่ก่อให้เกิดโรคได้ เช่น คอกซากีไวรัส เอ 16 (Coxsackievirus A16) เป็นต้น แต่สายพันธุ์ที่ก่อให้เกิดโรครุนแรงที่สุดคือ เอนเทอโรไวรัส 71 (Enterovirus 71) หรือเรียกกันสั้นๆว่าEV71 โดยไวรัสสายพันธุ์นี้เป็นสายพันธุ์ที่ระบาดในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ แต่เป็นที่โชคดีที่สายพันธุ์ที่พบได้ประเทศไทยไม่เป็นสายพันธุ์ที่ไม่รุนแรง แต่อย่างไรก็ตามก็ยังมีรายงานการพบการติดเชื้อไวรัสสายพันธุ์EV71 ในประเทศไทยอยู่บ้างเช่นกัน

อาการแสดงของโรคจะเกิดภายหลังจากได้รับเชื้อไวรัสประมาณ 3-6 วันจะเริ่มแสดงอาการ โดยอาการแสดงแรกที่พบคือมีไข้ หลังจากนั้นประมาณ 1-2 วันจะมีอาการเจ็บในช่องปากและลำคอ และอาจจะมีแผลเกิดขึ้นในช่องปาก เช่น ลิ้น เหงือก หรือกระพุ้งแก้มได้ ซึ่งจะทำให้ความอยากอาหารลดลง นอกจากนี้แล้วยังอาจมีอาการไม่สบายตัว ต่อมาอีก 1-2 วันอาจจะมีผื่นขึ้นตามฝ่ามือและฝ่าเท้าได้ โดยจะเป็นลักษณะผื่นแดงหรืออาจมีลักษณะเป็นตุ่มน้ำใส แต่จะไม่มีอาการคัน

โดยทั่วไปแล้วโรคมือเท้าปากเป็นโรคที่มีอาการไม่รุนแรง มักจะมีมากอยู่ 2-3 วันและจะหายได้เองภายในระยะเวลาประมาณ 10 วัน โดยในเด็กต้องเฝ้าระวังภาวะขาดน้ำเนื่องจากอาการแสดงของโรคมักจะทำให้เกิดแผลในช่องปาก ซึ่งจะทำให้การกลืนอาหารเจ็บและลำบากได้ อาการแทรกซ้อนรุนแรงอาจเกิดได้กับผู้ป่วยวัยที่ติดเชื้อEV71 แต่อย่างไรก็ตามมีโอกาสเกิดน้อยมากโดยอาการที่เกิดขึ้นได้แก่ เยื่อหุ้มสมองอักเสบ (Viral meningitis) หรือสมองอักเสบ (Encephalitis) โดยผู้ป่วยวัยจะมีอาการซึม อ่อนแรง ชัก กระตุก หอบ อาเจียน หรือในรายที่รุนแรงมากอาจทำให้เสียชีวิตได้

โรคมือเท้าปากไม่มีวัคซีนหรือยาสำหรับรักษาโรคโดยตรง การรักษาจะเป็นการรักษาตามอาการ เช่นการให้ยาลดไข้ paracetamol หรือให้ยาบ้วนปากเพื่อช่วยลดอาการเจ็บของแผลในช่องปาก เป็นต้น แต่ในรายที่มีอาการแสดงของภาวะแทรกซ้อนรุนแรงควรอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์ การดูแลผู้ป่วยวัยในระหว่างที่มีอาการได้แก่ การแยกผู้ป่วยออกจากบุคคลอื่นเพื่อลดการแพร่กระจายของเชื้อ ให้ผู้ป่วยพักผ่อน

ให้เพียงพอ ให้ดื่มน้ำโดยอาจให้ดื่มน้ำเย็น โดยไม่ควรดื่มเครื่องดื่มที่มีความเป็นกรดหรือน้ำอัดลม เพราะจะส่งผลต่อแผลในช่องปากได้ ควรให้ทานอาหารอ่อน ไม่ควรทานอาหารรสจัด และควรกลั้วปากด้วยน้ำเกลือบ่อยๆ เพื่อลดอาการเจ็บในช่องปาก ในรายที่มีตุ่มน้ำใสเกิดขึ้นตามฝ่ามือและฝ่าเท้า ไม่ควรพยายามแกะออก ควรปล่อยให้แห้งไปเอง เนื่องจากน้ำในตุ่มน้ำใสมีเชื้อไวรัสอยู่ซึ่งจะสามารถแพร่กระจายไปยังผู้อื่นได้

โรคมือเท้าปากสามารถติดต่อได้จากการสัมผัสสารคัดหลั่งจากตุ่มน้ำใส หรือสารคัดหลั่งจากจมูกและปากอันได้แก่ น้ำมูก เสมหะ หรือน้ำลาย นอกจากนี้แล้วไวรัสยังสามารถพบได้ในอุจจาระ โดยไวรัสสามารถแพร่กระจายได้ตั้งแต่นะระยะแรกที่แสดงอาการ และอาจจะยังพบได้อีกหลายสัปดาห์ในอุจจาระของผู้ป่วยที่หายจากอาการของโรคแล้ว นอกจากนี้แล้วในผู้ใหญ่อาจจะสามารถแพร่กระจายเชื้อไวรัสได้โดยไม่แสดงอาการใดๆ ซึ่งการได้รับไวรัสอาจเป็นการได้รับโดยตรงเช่นจากการไอหรือจาม หรืออาจจะได้รับไวรัสโดยอ้อมโดยการสัมผัสกับพื้นผิวหรือสิ่งของที่มีเชื้อไวรัสอยู่เช่นในสถานรับเลี้ยงเด็กซึ่งอาจมีของเล่นหรือของใช้เด็กที่ปนเปื้อนน้ำลายเนื่องจากเด็กเล็กมักชอบนำสิ่งของเข้าปาก เป็นต้น ดังนั้นการป้องกันที่ดีที่สุดคือการมีสุขลักษณะที่ดี

เนื่องจากโรคมือเท้าปากมักพบในเด็กเล็ก ดังนั้นการระบาดมักพบในสถานรับเลี้ยงเด็กหรือตามโรงเรียนอนุบาล วิธีการลดการแพร่กระจายที่ดีที่สุดคือการแยกเด็กที่ป่วยออกจากเด็กอื่น และควรให้เด็กที่ป่วยหยุดรักษาจนกว่าอาการจะหาย แต่อย่างไรก็ตามเชื้อไวรัสยังสามารถพบในอุจจาระเด็กอีกหลายสัปดาห์ ดังนั้นการมีสุขลักษณะที่ดีจึงเป็นเรื่องสำคัญ เช่นควรล้างมือด้วยน้ำและสบู่ทุกครั้งก่อนรับประทานอาหาร หลังเข้าห้องน้ำ หรือหลังการเปลี่ยนผ้าอ้อมสำเร็จรูป ไม่ควรใช้อุปกรณ์ต่างๆ ที่อาจปนเปื้อนน้ำลายร่วมกันเช่นของเล่นเด็ก หรืออุปกรณ์ทานอาหาร และควรมีมาตรการในการทำความสะอาดอุปกรณ์หรือพื้นที่ที่อาจปนเปื้อนสารคัดหลั่งทุกวัน และในกรณีที่เกิดการระบาดและพบการติดเชื้อของเด็กหลายคนควรมีการพิจารณาปิดชั้นเรียนเพื่อหยุดการระบาดของไวรัส

### บรรณานุกรม

1. Centers for Disease Control and Prevention. Hand, Foot and Mouth Disease (HFMD). Available from: <http://www.cdc.gov/hand-foot-mouth/> [Accessed on September, 2016].
2. Mayo Foundation for Medical Education and Research. Hand, Foot and Mouth Disease. Available from: <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/hand-foot-and-mouth-disease/basics/definition/con-20032747> [Accessed on September, 2016].
3. ศ.พญ.กุลกัญญา โชคไพบูลย์กิจ โรค มือ-เท้า-ปาก และโรคจากเชื้อเอนเทอโรไวรัส 71. Available from: <http://www.si.mahidol.ac.th/sidoctor/e-pl/articledetail.asp?id=492> [Accessed on September, 2016].